Contenido

02 Las fresas, una dulce tentación
04 Tarta helada de fresa
06 Crepas de plátano flameado con salsa de fresa
07 Mousse de fresa y miel
08 Sorpresas de fresa y durazno
10 Mousse de té verde al frasier
12 Panqué de arándanos y fresas
14 Mil hojas de fresa
16 Fresas estilo jubileé
18 Huesitos de fresa
19 Merengues rellenos de fresa
20 Canasta de fresas
22 Fresas blancas
23 Galletas de fresa y limón
24 Rollo de chocolate con fresa
26 Flan de fresa
27 Postre de fresa
28 Pay de fresa con queso
30 Pastel de chocolate
32 Budín de fresa

Las fresas, una dulce tentación

En la repostería es fascinante descubrir como los postres se tiñen de rojo cuando decoramos con fresas.
En primavera y verano, la fresa es la reina indiscutible de la repostería. Con crema, bañadas en chocolate, en tartas, helados, mousses, mermeladas, bizcochos y gelatinas.

Antes de consumir las fresas es indispensable lavarlas bajo el chorro del agua para retirar la tierra y posteriormente sumergirlas en agua con gotas desinfectantes durante unos minutos; escurrirlas y dejarlas secar sobre un paño seco.

Las fresas se mantienen frescas durante muy poco tiempo, por lo que deben ser consumidas lo antes posible una vez que llega a nuestra cocina. Pueden guardarse en el refrigerador envueltas en una toalla seca, pero nunca en el congelador, ya que se marchitarían.

Consumo y propiedades alimenticias

La temporada de la fresa comprende de marzo a julio, aunque en algunos supermercados podemos encontrarlas durante todo el año, procedentes de invernadero y de las importaciones de otros países.
Las fresas son una importante ayuda en las dietas de adelgazamiento. Tienen un excelente sabor y son muy ligeras, ya que 85% de su composición es agua. De hecho, su aporte calórico es muy escaso: sólo 37 calorías por 100 gr.

En 100 gr de fresas encontramos escasas cantidades de grasa, proteína y carbohidratos. Su principal valor es el alto contenido en vitamina C, mucho más que algunos cítricos. De hecho, 100 gr de fresas cubren la cantidad diaria recomendada de vitamina C que requiere el organismo.

También están provistas de vitaminas A , E y menores cantidades de otras como las B1, B2, B3 y B6. Entre sus minerales, las fresas aportan potasio y magnesio; aunque también hierro, fósforo, yodo y calcio. Tienen 2.2 gr de fibra por 100 gr de producto.

Excelente para la salud

Las fresas, por la vitamina C que contienen son una sustancia antioxidante que además protege al cuerpo fortaleciendo el sistema inmune. Sus ácidos orgánicos poseen efectos desinfectantes y antiinflamatorios.

Al ser ricas en agua, incorporan propiedades diuréticas, excelentes para personas que quieran perder peso y que tengan tendencia a retener líquidos.

Las fresas tienen un aporte calórico muy escaso: **sólo 37 calorías por 100 gr.**

Grado de dificultad: media | Tiempo de preparación: 35 minutos + congelación

Tarta helada de fresa

Rinde
12 porciones

Ingredientes

Para la base de galletas:
- 170 gr de galletas molidas
- 70 gr de mantequilla

Para la mousse de fresa:
- 2 cucharadas de grenetina en polvo
- 1/2 taza de agua
- 1 taza de crema
- 1 lata de leche condensada
- 1 cucharadita de vainilla
- 190 gr de queso crema
- 10 fresas lavadas y desinfectadas

- 1 molde de 22 cm de diámetro

Manera de preparar

1. Para la pasta, mezcla las galletas y la mantequilla, y forra el molde con la pasta; congela por 20 minutos.
2. Para la mousse, hidrata la grenetina en el agua y deja que esponje; disuelve a baño María.
3. Bate la crema hasta que forme picos.
4. Licua la leche condensada, la vainilla y el queso crema. Añade la crema, mezcla suavemente en forma envolvente y agrega la grenetina hidratada.
5. Coloca las fresas en el molde y vacía la mousse; refrigera hasta que cuaje.
6. Decora al gusto

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 25 minutos

Crepas de plátano flameado con salsa de fresa

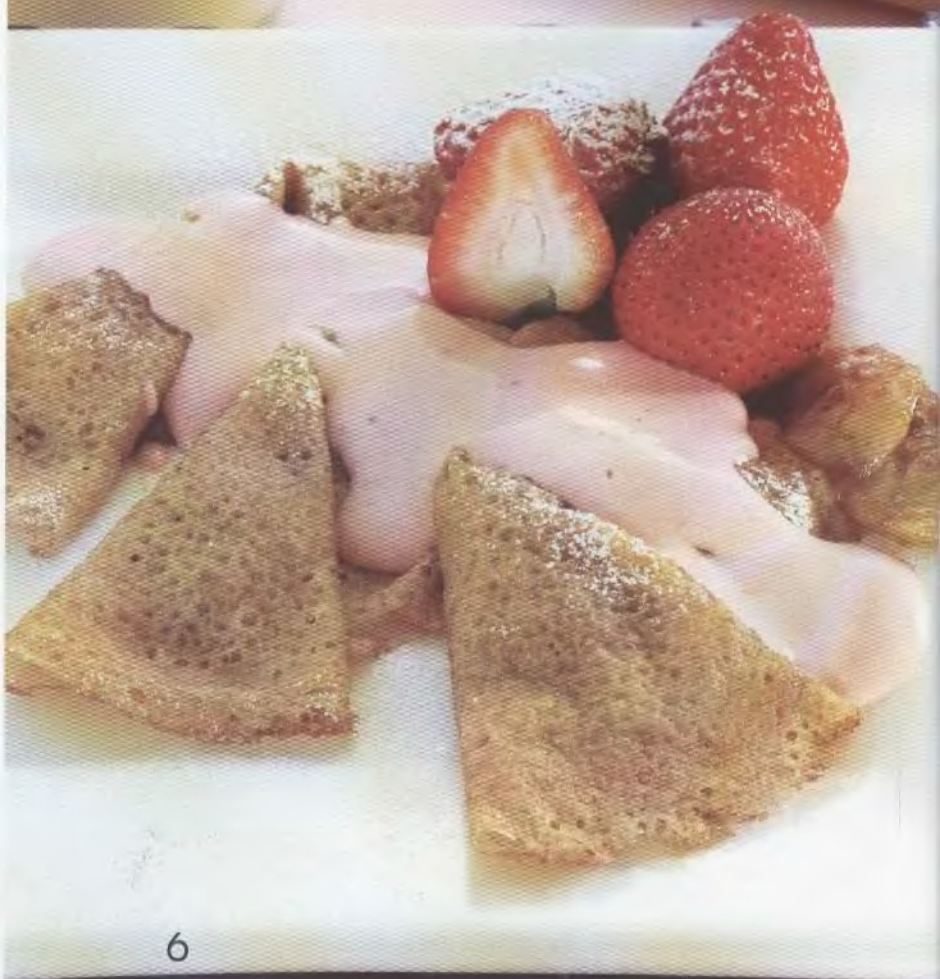
Rinde 4 porciones

Ingredientes

Para las crepas:
- 75 gr de harina
- 250 ml de leche
- 1 huevo
- Mantequilla, la necesaria

Para los plátanos flameados:
- 3 plátanos en rodajas
- 4 cucharadas de mantequilla
- 1/2 de taza de azúcar
- Brandy al gusto

Para la salsa de fresa:
- 1 lata de leche condensada
- 1 taza de fresas desinfectadas
- 3 cucharadas de ron



Manera de preparar

1. Para las crepas, licua la harina, la leche y el huevo; la mezcla debe quedar aguada.
2. Unta en una sartén mantequilla y cubre la sartén con una capa delgada de mezcla; deja cocer y voltea. Envuelve en una servilleta.
3. Para los plátanos flameados, en un recipiente pon la mantequilla y el azúcar. Deja derretir hasta que se caramelice un poco y añade los plátanos; flamea con brandy.
4. Para la salsa de fresa, licua la leche con las fresas y el ron.
5. Llena las crepas con el plátano y sirve con la salsa.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 20 minutos + refrigeración

Mousse de fresa y miel

Ingredientes

- 10 gr de grenetina
- 60 ml de agua
- 1 taza de crema
- 200 gr de fresa
- 75 ml de miel
- Fresas para decorar
- 1 lata de leche condensada
- 4 aros individuales untados con aceite y azúcar glass

Rinde 4 porciones

Manera de preparar

1. Hidrata la grenetina con el agua, deja que esponje y disuelve a baño María.
2. Bate la crema hasta que forme picos.
3. Licua la fresa con la miel e incorpora la crema en forma envolvente y la grenetina hidratada.
4. Vierte a los aros y refrigera hasta que cuaje.
5. Decora con las fresas y la leche condensada.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 30 minutos + reposo y horneado

Sorpresas de fresa y durazno

Rinde 12 piezas

Ingredientes

» 500 gr de pasta de hojaldre

Para el relleno:

» 200 gr de mantequilla
» 1/2 lata de leche condensada
» 4 huevos
» 240 gr de harina
» 1 cucharadita de polvo para hornear
» 40 gr de fécula de maíz

» 1 taza de fresas limpias, picadas y desinfectadas
» 3 duraznos limpios y picados
» Azúcar glass
» 1 placa para panquecitos
» 1 cortador redondo

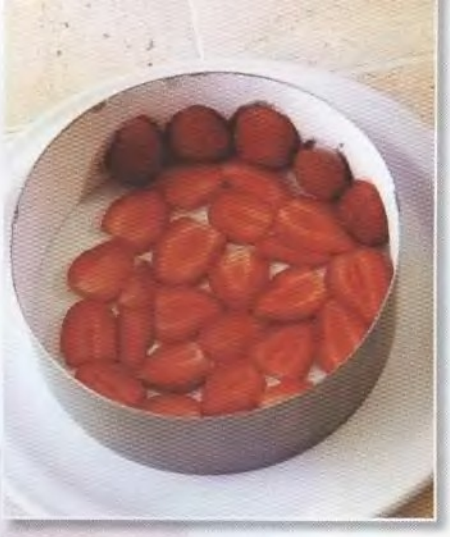
Manera de preparar

1. Divide la pasta en dos partes y espolvorea con harina la mesa. Extiende una parte y forra el molde; reserva. Extiende la otra mitad y reserva.
2. Para el relleno, bate la mantequilla con la leche condensada hasta acremar, agrega el huevo uno a uno e incorpora. Integra los polvos cernidos en forma envolvente. Con esta mezcla las fresas y duraznos, rellena los huecos de pasta de hojaldre.
3. Barniza con agua la superficie de la pasta y coloca la cubierta de pasta. Con el cortador redondo corta para que queden separados. Reposa por 30 minutos a temperatura ambiente.
4. Hornea a 180 °C por 35 minutos o hasta que la pasta se haya secado y tome color; desmolda y deja enfriar.
5. Decora la superficie con azúcar glass.

Grado de dificultad: medio | Tiempo de preparación: 35 minutos + refrigerado

Mousse de té verde al frasier

Rinde 8 porciones



Ingredientes

Para la infusión de té verde:

- 60 gr de té verde
- 125 gr de agua

Para la mousse de frasier:

- 300 ml de leche
- 1 cucharada de vainilla
- 1 lata de leche condensada
- 5 yemas
- 20 gr de grenetina
- 1/4 de taza de agua
- 350 gr de fresa
- 1 aro untado con aceite

Manera de preparar

1. Para la infusión, hierve el té con el agua y deja reposar.
2. Para la mousse, hierve la leche con la mitad de la leche condensada.
3. Bate las yemas con la otra mitad de la leche condensada y la vainilla; agrega a la leche hirviendo y cuece a punto de napa (espese).
4. Añade la grenetina hidratada e incorpora. Vierte la infusión de té a la crema y mezcla envolviendo.
5. Coloca las fresas en el fondo del aro y en las paredes, en forma decorativa.
6. Vierte la crema en el aro y refrigera.
7. Desmolda y decora con las fresas.

Nota

Napa es cuando la mezcla forma una capa adherible a la cuchara o cucharón.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 30 minutos + reposo

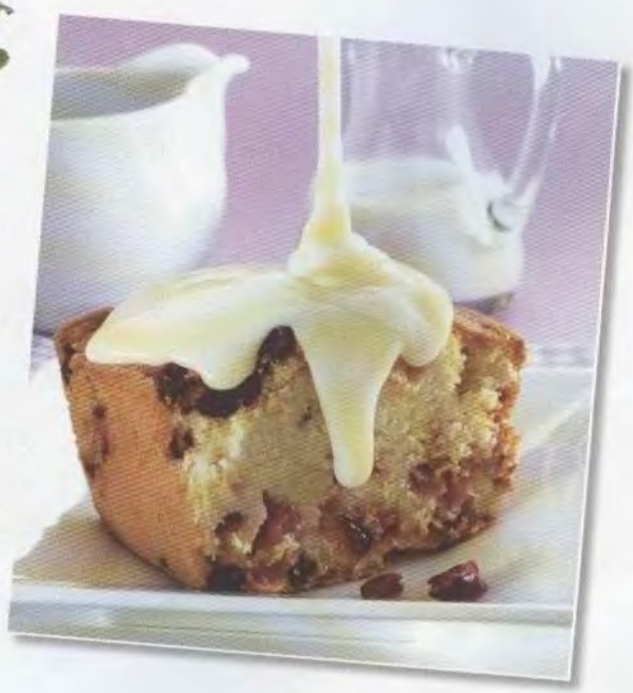
Panqué de arándanos y fresas

CRANBERRY MARKETING COMMITTEE
UNITED STATES OF AMERICA

Rinde 2 panqués

Ingredientes

- 200 gr de mantequilla
- 1 lata de leche condensada
- 4 huevos
- 240 gr de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 50 gr de fécula de maíz
- 1 taza de jugo de arándanos
- 100 gr de arándanos secos
- 100 gr de fresas picadas
- 2 moldes para panqués engrasados y enharinados



Manera de preparar

1. Bate la mantequilla con la leche condensada hasta acremar, agrega el huevo poco a poco e incorpora. Integra los polvos cernidos en forma envolvente.
2. Añade el jugo, los arándanos y las fresas; mezcla. Vacía a 3/4 partes del molde y hornea a 180 °C por 35 minutos o hasta que la pasta se haya secado y tome color.
3. Desmolda, deja enfriar y decora.

Grado de dificultad: medio | Tiempo de preparación: 30 minutos + horneado

Mil hojas de fresa

Ingredientes

- 300 gr de pasta de hojaldre

Para la crema pastelera:

- 3/4 de litro de leche
- 1 lata de leche condensada
- 100 gr de fécula de maíz
- 3 huevos
- 2 cucharadas de vainilla
- Gotas de color amarillo

Para decorar:

- 50 gr de azúcar glass
- 250 gr de fresa
- Hojas de menta

Manera de preparar

1. Extiende la pasta de 25 x 30 cm y tres milímetros de grosor.
2. Empareja las orillas, coloca sobre la charola y deja reposar por una hora.
3. Hornea a 220 °C hasta que dore y después a 180 °C hasta que termine de cocerse.
4. Para la crema pastelera, hierve la leche con la mitad de la condensada, a la otra mitad añádele los huevos y la fécula; bate con el batidor de globo hasta incorporar.
5. Cuando la leche suelte el hervor, vacía una taza de leche hirviendo al preparado de huevo y revuelve; vacía a la leche y mueve hasta espesar. Vierte a un recipiente y deja enfriar.
6. Corta la pasta en tres capas de 24 x 10 cm cada una.
7. Pon la primera capa en un plato, esparce suficiente crema pastelera y fresas. Coloca la segunda capa, esparce más crema y fresas; acomoda la tercera capa.
8. Espolvorea con azúcar glass. Decora con fresas y hojas de menta.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 30 minutos + congelación

Fresas estilo jubileé

Rinde 6 porciones

Ingredientes

Para el helado de lechera:

- 1 lata de leche condensada
- 1 taza de leche evaporada
- 1 taza de crema batida
- 4 cucharadas de vainilla

Para las fresas jubileé

- 25 gr de mantequilla
- 2 tazas de fresas desinfectadas a la mitad
- Azúcar mascabado al gusto
- Hojas de menta o yerbabuena picada
- 20 ml de ron

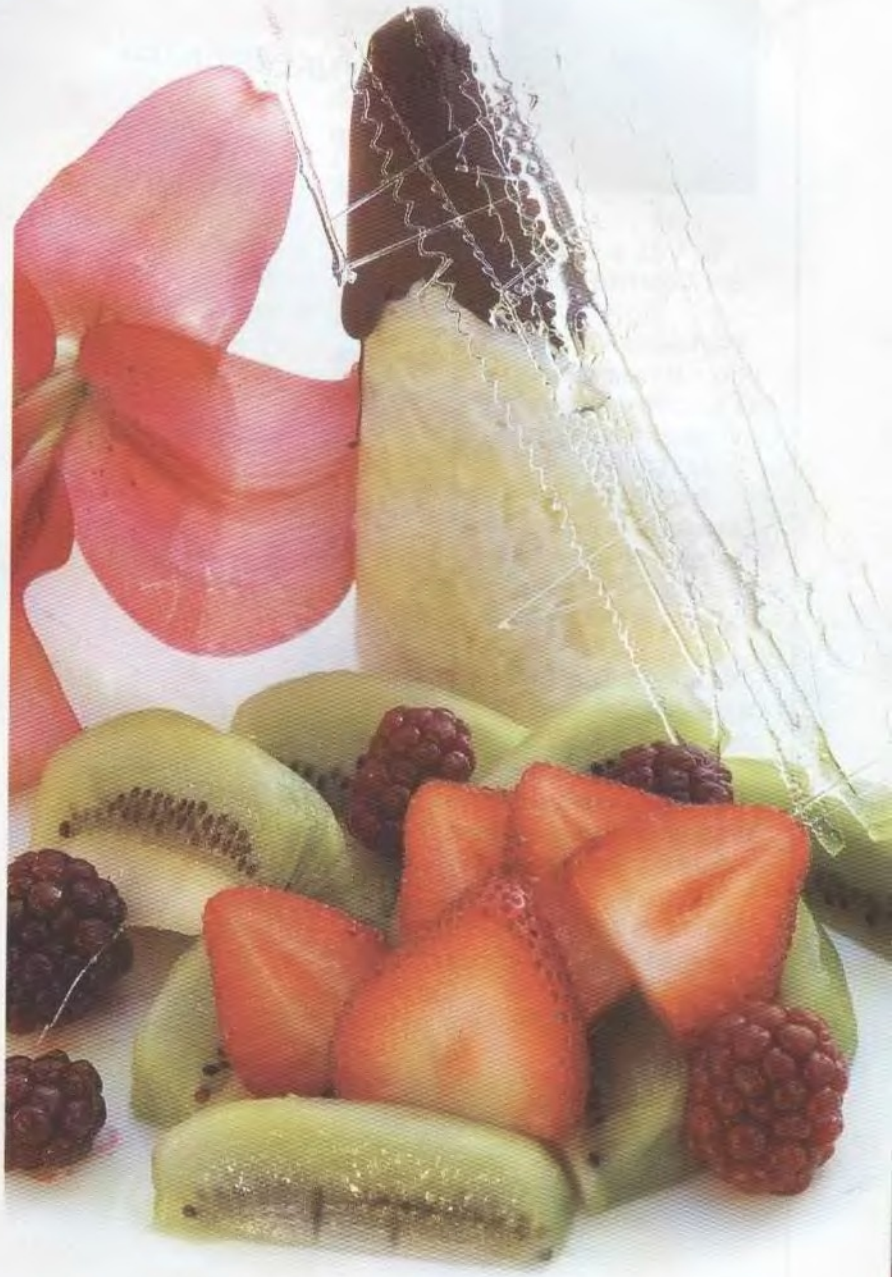
Manera de preparar

1. Para el helado de lechera, incorpora la leche condensada, la evaporada y la vainilla.
2. Bate la crema hasta que esté firme y forme picos; añade las leches en forma envolvente y de manera suave.
3. Vacía a un tazón y congela.
4. Para las fresas jubileé, calienta una sartén, derrite la mantequilla y antes que hierva agrega las fresas, la menta y el azúcar.
5. Mueve, añade el ron y flamea utilizando la lumbre de la estufa. Ladea la sartén con cuidado para que el alcohol del ron se encienda y se evapore; sirve en copas y agrega el helado.

Arroz
para toda tu familia

Rinde: 4 porciones
Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 40 minutos + refrigeración

Cono de Arroz con leche relleno



Ingredientes:

1 taza de arroz de grano mediano
2 tazas de agua hirviendo
2 pizcas de sal
1/2 litro de leche
1 raja de canela
1 cucharadita de vainilla
5 yemas
150 gr de azúcar
1 cucharada de fécula de maíz
1 cucharada de grenetina
50 gr de pasitas
25 gr de coco
2 kiwis
100 gr de fresas
100 gr de frambuesas
100 gr de zarzamoras
1 chocolate amargo

4 moldes en forma de cono

Manera de preparar:

1. Vacía el arroz en agua hirviendo con 2 pizcas de sal, deja por 10 segundos; cuela, enjuágalo con agua fría y déjalo escurrir.
2. Calienta en una olla la leche con la canela, la vainilla y el arroz.
3. Blanquea las yemas con el azúcar, la fécula, la grenetina, e incorpora el arroz. Agrega las pasitas y el coco antes de que llegue a ebullición. Mueve continuamente y al soltar el hervor retira del fuego y deja enfriar.
4. Vacía a los moldes y mete al congelador durante 30 minutos.
5. Pica la fruta en cuadros medianos.
6. Derrite el chocolate a baño María y cubre la punta del cono o todo entero si lo prefieres; refrigera nuevamente hasta que endurezca.
7. Retira, desmolda y acompaña con la fruta picada.

USA Rice® FEDERATION

www.usarice.com.mx

Repostería fina
Vimao
Especialistas en fondant

Te vas a casar en Cuernavaca?

Pastelería Vimao te ofrece la mejor calidad y las mejores decoraciones, ya que somos especialistas en fondant.
Además **Vimao Pastelería** te invita a su Academia de Repostería y decoración de pasteles: Contamos con cursos de:

Pastelería fina, gelatinas florales, decoraciones con fondant, cup cakes, galletas artísticas, confitería y lo nuevo en tallado de frutas y verduras.

Atención a cafeterías contamos con cursos de elaboración de cafés. Reserva tu lugar.

Cupo limitado. Visítanos y conoce nuestras instalaciones, estamos ubicados en:

Cuernavaca, Morelos.
Tel. 318-25-06
326-29-43
0447771412355
www.pasteleriavimao.com

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 30 minutos

Huesitos de fresa

Ingredientes

Para la pasta:

- 230 gr de mantequilla
- 1/2 lata de leche condensada
- 400 gr de harina
- 2 huevos
- 100 gr de piñones finamente picados
- Mermelada de fresa

- 1 cortador para galletas con forma de huesito

Manera de preparar

1. Para la pasta, acrema la mantequilla y agrega uno a uno los huevos; integra la harina y los piñones. Añade la leche condensada hasta formar una pasta suave y manejable; refrigera por 20 minutos.
2. Espolvorea con harina la mesa y extiende la pasta de 1/2 cm de grosor. Corta las galletas y perfórales la mitad.
3. Hornea a 180 °C por 25 minutos. Ya frías, coloca el relleno de mermelada de fresa y presenta.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 2 horas

Merengues rellenos de fresa

Ingredientes

Para los merengues:

- 2 claras
- 2 gotas de colorante rosa
- 100 gr de azúcar
- 2 cucharaditas de fécula de maíz
- 4 gotas de esencia de fresa
- 40 ml de leche condensada
- 8 fresas
- Adorno de azúcar
- 1 manga con duya

Manera de preparar

1. Para el merengue, bate las claras con el colorante a punto de nieve, agrega el azúcar y las gotas de esencia poco a poco hasta formar un merengue; en forma envolvente agrega la fécula.
2. Vierte a la manga con duya y forma, en una charola engrasada, los merengues de la forma deseada. Hornea a 100 °C por 60 o 90 minutos o hasta que se sequen.
3. Para armar, forma un emparedado con dos merengues, coloca en el centro una fresa y báñalo con la lechera.
4. Decora con un detalle de azúcar.

Grado de dificultad: medio | Tiempo de preparación: 2 horas

Canasta de fresas

Rinde 20 porciones

Ingredientes

Para el pan de fresa:

- 200 gr de mantequilla
- 70 ml de leche condensada
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 50 gr de fresas molidas
- 250 gr de harina
- 7 huevos, separadas claras y yemas

- 1 kg de fondant
- Azúcar glass
- Colores vegetales en pasta

- 1 molde redondo de 22 cm, engrasado y enharinado

Manera de preparar

1. Bate a punto de pomada la mantequilla y la leche condensada. Agrega una a una las yemas y la pulpa de fresa. Por separado, agrega la harina con el polvo para hornear e incorpora las claras a punto de nieve.
2. Vierte al molde y hornea a 200 °C por 45 minutos.
3. Deja enfriar y desmolda. Pinta el fondant de color café. Forra el pastel con fondant utilizando azúcar glass para extenderlo. Decora con forma de canasta y llénala con fresas de fondant color rojo.

Grado de dificultad: Fácil | Tiempo de preparación: 40 minutos

Fresas blancas

Ingredientes

- 15 fresas

Para el baño de chocolate:

- 300 gr de chocolate blanco temperado
- 30 ml de leche condensada
- 30 ml de crema
- Palitos de bambú

Rinde 15 piezas

Manera de preparar

1. Para el baño de chocolate. Disuelve todos los ingredientes a baño María y deja enfriar.
2. Coloca las fresas en el palito de bambú y baña sólo la mitad en el chocolate.
3. Decora con un bonito detalle en azúcar.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 30 minutos

Galletas de fresa y limón

Rinde 30 galletas

Manera de preparar:

1. Bate la mantequilla y la leche condensada hasta acremar.
2. Agrega las yemas sin dejar de batir e incorpora la harina hasta formar una pasta.
3. Divídela en dos partes, a una agrégale la ralladura y el color verde; a la otra el color rojo y la esencia de fresa.
4. Enharina la mesa, con el rodillo extiende la pasta de un grosor de 1/2 cm y corta cuadritos; pega con la clara formando un dominó. Hornea a 150 °C por 15 minutos.

Ingredientes

- 200 gr de mantequilla
- 100 gr de leche condensada
- 2 yemas
- 225 gr de harina
- 1 limón, ralladura y jugo
- 1 cucharadita de esencia de fresa
- Color vegetal rojo y verde
- 1 clara

Escuela

Maya

Gastronómica y de Repostería.

¿Te gustaría aprender el arte de la repostería?

Inscríbete en el diplomado como técnico repostero 100% práctico.
16 módulos semanales.
Incluimos materia prima.
Nuestros cursos se imparten:
Semanales y sabatinos.
Cursos especiales de acuerdo a tus necesidades.
Capacitación foránea.

*Decoración de pasteles para eventos especiales.
*Panadería mexicana
*Bocadillos canapés
*Confitería (chocolate)
*Gelatina artística
*Pastelería individual
*Pastelería tradicional
*Brownies y muffins
*Panadería árabe
*Pays y tartas
*Galletas
*Panes de mesa
*Panadería integral
*Panadería francesa
*Decoración de Fondant
*Pastelería de queso
*Tamales
*Tacos de canasta
*Navideños

Cursos para elaborar bombones artísticos y de malvavisco, así como galletas

Venta de bases de pasteles mayoreo o menudeo

Xocotitlán No.6038
Col. Aragón Inguarán
Cerca del metro Talismán
Tel.: 55-27-17-36-94
Repostería Maya
57-81-43-29

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 50 minutos + horneado

Rollo de chocolate con fresa

Rinde 8 porciones

Ingredientes

Para el pan:

- 6 yemas
- 100 gr de harina
- 25 gr de cocoa
- 25 gr de fécula de maíz
- 25 gr de polvo de almendra
- 6 huevos
- 2 cucharadas de vainilla
- 1/2 cucharadita de polvo para hornear
- 75 gr de leche condensada

Para el relleno:

- 500 gr de crema para batir
- 200 gr de fresas picadas
- 50 gr de chocolate en lajas

- 1 charola empapelada y engrasada de 35 x 45 cm

Manera de preparar

1. Para el pan, bate la yemas con la leche condensada, cierne los polvos, harina, cocoa, fécula de maíz, el polvo para hornear y polvo de almendra. Cuando las yemas tomen el punto de cordón; es decir, que la caída sea una tira ancha; agrega los polvos en forma envolvente y reserva.
2. Bate las claras apunto de turrón, añade a la mezcla anterior en forma envolvente, vierte a la charola y hornea a 180 °C por 15 minutos; retira del horno y deja enfriar un poco. Desmolda sobre una servilleta de tela dejando la costra hacia arriba; unta una capa de crema y de fresas.
3. Enrolla, cubre con la crema y decora con lajas de chocolate.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 20 minutos + horneado

Rinde 8 porciones

Flan de fresa

Ingredientes

Para el caramelo:
- 150 gr de azúcar

Para el flan:
- 1 lata de leche condensada
- 1 lata de leche evaporada
- 1 taza de leche fresca
- 10 huevos
- 200 gr de fresas picadas

- 1 molde redondo de 22 cm
- Papel aluminio

Manera de preparar

1. Para el caramelo vacía el azúcar en el molde y cuece a flama baja hasta que tome un color dorado. Ladea para que se cubran paredes y fondo; reserva.
2. Para el flan, en un recipiente mezcla perfectamente las leches y los huevos con un batidor de globo; incorpora las fresas y vierte al molde.
3. Tapa con papel aluminio y hornea a 180 °C por una hora; retira del horno y deja enfriar. Refrigera por dos horas y desmolda; decora al gusto.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 15 minutos + refrigeración

Postre de fresa

Rinde 8 porciones

Ingredientes

- 1 lata de leche condensada
- 250 gr de fresas (desinfectadas)
- 1 limón, el jugo
- 100 gr de galletas Marías
- Hierbabuena para decorar
- Fresas para decorar
- 8 copas para postre

Manera de preparar

1. Licua la leche condensada con las fresas y el jugo de limón.
2. En una copa coloca una galleta y vierte un poco de la mezcla, acomoda otra galleta y más mezcla; continúa así hasta llenar la copa.
3. Decora con hierbabuena y fresa fileteada.

Instituto Gastronómico Del Valle

El objetivo principal del Instituto, es inculcar en sus alumnos la educación del buen gusto por crear y de la transformación artística de los alimentos interrelacionando la técnica, la creatividad, la cultura y las relaciones humanas.

El Instituto cuenta con:

Diplomado en Gastronomía. Desarrollo profesional en el Arte Culinario a nivel de un chef. Duración de 8 meses asistiendo diariamente 4 horas en turno matutino y vespertino. Cupo para 16 personas.

Diplomado en Gastronomía. Sabatino Matutino y Vespertino. Duración 1 año con sesiones de 5 horas.

Diplomado en Alta Repostería. Turno Matutino, Vespertino o Sabatino.

Además ofrece:
* Más de 15 talleres en diferentes especialidades.
* Diseño de cursos a la medida.
* Bolsa de Trabajo.
* Capacitación a empresas e Instituciones.
* Validez oficial en los Diplomados.

Lic. Lorena Camarena Pérez
Directora General
Patricio Sáenz # 1538
Col. del Valle
México DF
(01 55) 5575 9038 y 2016

Grado de dificultad: media | Tiempo de preparación: 40 minutos + horneado

Pay de fresa con queso

Ingredientes

Para la pasta sablée:
- 32.5 gr de margarina
- 32.5 gr de mantequilla
- 50 gr de azúcar
- 1/2 huevo
- 125 gr de harina

Para el relleno:
- 1 taza de mermelada de fresa
- 190 gr de queso crema
- 25 gr de mantequilla
- 65 ml de leche condensada
- 2 huevos
- 15 gr de fécula de maíz
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1/2 taza de crema
- 100 gr de fresas

Para decorar:
- 250 gr de fresas
- Hojas de menta

Manera de preparar

1. Para la pasta, acrema la margarina y la mantequilla con el azúcar hasta blanquear y lograr punto de pomada.
2. Agrega el huevo poco a poco e integra.
3. Incorpora la harina en forma envolvente con la ayuda de la raspa hasta obtener una pasta; refrigera por 20 minutos.
4. Con harina en la mesa extiende la pasta ligeramente más grande que el molde y fórralo.
5. Para el relleno, coloca una capa delgada de mermelada de fresa sobre la base del pay.
6. Acrema el queso crema, la mantequilla y la leche condensada con la paleta o pala de madera hasta que esponje y acreme.
7. Agrega el huevo uno a uno y bate. Diluye la fécula en la crema y la vainilla e incorpora a la mezcla.
8. Licua la fresa y vierte en la mezcla anterior. Vacía al molde y hornea a 180 °C; desmolda y deja enfriar.
9. Decora con fresas y menta.

Grado de dificultad: medio | Tiempo de preparación: 40 minutos + horneado

Pastel de chocolate

Rinde 12 porciones

Ingredientes

- 3/4 de taza de mantequilla
- 3/4 de taza de azúcar
- 6 yemas
- 1 lata de leche condensada
- 1 limón, jugo y ralladura
- 1 cucharadita de vainilla
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 taza de cocoa
- 1 1/2 tazas de harina cernida
- 1/2 cucharadita de polvo para hornear
- 1/2 cucharadita de bicarbonato
- 1 taza de leche
- 6 claras

- 4 tazas de crema batida
- 3 tazas de fresas inyectadas con licor de café (opcional)
- 1 taza de chocolate rallado

- 1 molde redondo de 25 cm, engrasado y enharinado

Manera de preparar

1. Bate la mantequilla y el azúcar hasta que desaparezcan los grumos del azúcar. Agrega las yemas una a una y continúa batiendo.
2. Añade la leche condensada, el jugo, la ralladura, la vainilla y la sal; continúa batiendo. Por último, en forma envolvente agrega la harina cernida, la cocoa, el bicarbonato y el polvo para hornear.
3. Bate las claras a punto de turrón e integra a la mezcla junto con la leche. Vierte al molde engrasado y enharinado. Hornea a 200 °C por 40 minutos o hasta que el centro esté firme.
4. Deja enfriar, desmolda y corta el pan en tres capas. Coloca la primera sobre un plato, unta con una capa de crema y esparce una parte de las fresas.
5. Repite el proceso con la siguiente capa. Coloca la tercera y cubre con crema completamente; decora con el chocolate rallado y el resto de las fresas.

Grado de dificultad: fácil | Tiempo de preparación: 15 minutos + refrigeración

Budín de fresa

Ingredientes

- 1 lata de leche evaporada
- 1 lata de leche condensada
- 3 cucharadas de fécula de maíz
- 1 taza de fresas picadas, lavadas y desinfectadas
- 1/2 taza de agua
- Gotas de color rojo

Para adornar:

- Fresas
- Galletas

Rinde 6 porciones

Manera de preparar

1. Licua todos los ingredientes y vierte a una cacerola mediana, y sin dejar de mover mezcla hasta obtener una textura espesa.
2. Cocina por cinco minutos más sin dejar de mover. Retira y deja enfriar con un poco de mantequilla en la superficie.
3. Refrigera por 30 minutos y listo.
4. Adorna con galletas, fresas y sirve bien frío.

Lo mejor de la...
Leche Dulce

Edición mensual
Noviembre, 2009

Editora: Chef Ma. del Refugio Delgado García
Chef: Rocío de la Torre Sánchez
Fotografía: Alejandro Vera e Isabel Martínez
Diseño: María Teresa Bañales Yerena y Lucio Eduardo Romero Munguía
Corrección de estilo: A. Ruth Santos Hernández y Jorge Cruz B.

Radar Editores, S.A. de C.V.

Presidente: Carlos Flores Muñoz †
Director general y Editor responsable: Germán Flores Trujillo
Director administrativo: Carlos Flores Suárez
Creatividad: Antonio Alfaro Patiño
Producción: Antón Barbosa Castañeda
Mercadotecnia: Antonio Trejo Martínez
Circulación: Graciela Ramírez Fonseca
Oficinas: Salvador Díaz Mirón No. 154, Col. Santa María La Ribera, C.P. 06400 Tel.: 85-89-95-70 al 76

Fotomecánica: Ediciones y Recursos Tecnológicos, S.A. de C.V.
Impresión: Editorial Mina, S.A. de C.V., Tokio No. 424 Col. Portales C.P. 03300, México, D. F.

No. de expediente de licitud de título y contenido: 1/432"03"/16385
Certificado de licitud de título: 12585
Certificado de licitud de contenido: 10157
No. de reserva de derechos al uso exclusivo: 04-2007-111412115600-102

Distribución D.F. y zona conurbada: Unión de Expendedore y Voceadores de Periódicos de México, A.C. Guerrero No. 50, Col. Guerrero, C.P. 06350. Por medio del Despacho Everardo Flores Serrato S.A. de C.V. Serapio Rendón No. 87, Col. San Rafael, Del. Cuauhtémoc, C.P. 06470, México, D.F.
Distribución foránea: CODIPLYRSA, Serapio Rendón No. 87, Planta Alta, Col. San Rafael, Del. Cuauhtémoc, C.P. 06470, México, D.F.
Distribución locales cerrados: DIMSA, Mariano Escobedo No. 218, Col. Anáhuac, Del. Miguel Hidalgo, C.P. 11320, México, D. F.
Distribución en Estados Unidos, Centro y Sudamérica: Enlace Comercial Génesis, S.A. de C.V., Calle Ricarte No. 519 Col. San Bartolo Atepehuacan, Del. Gustavo A. Madero C. P. 07730, México, D.F.

*La revista **Lo mejor de la leche dulce** investiga sobre la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza del contenido de los anuncios ni de las ofertas realizadas por los mismos. Ello es responsabilidad de los autores.*

Ventas de publicidad
Rafael Chávez Juárez
Director comercial y de servicios empresariales
43-35-69-26
publicidad@radareditores.com
Rodolfo Domínguez H.
Gerente de ventas
43-35-69-37

Relaciones públicas
Eva Zamora
8589 95 70-76 ext. 224
ezamora@radareditores.com

Atención al lector
Rocío Espinos Hernández
43-35-69-40 y 43-35-69-41
Lada sin costo:
01-800-8135005 y
01-800-8135008
atencionclientes@radareditores.com

Centro Comercial Californiano
$26 .20

RADAR EDITORES

Lo mejor de la...
Leche Dulce

Lo mejor de la...
Leche Dulce No. 81

Lechera

Alyda

Endulza tu paladar con fresas

Centro Comercial Californiano
$26 .20

www.radareditores.com
PRINT IN
7 503006 784798
81

Flanes • natillas • pasteles • tartas • galletas y más...